



Ementa ES Viterbo

Almoço R Normal Viterbo

05/04/2021 - Segunda

Alergênicos

- Sopa:** Creme de legumes
- Prato 1:** Arroz de Atum
- Outros:** Cenoura, milho, alface e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

06/04/2021 - Terça

Kcal Total: 121

Alergênicos

- Sopa:** Juliana de legumes
- Prato 1:** Frango estufado com massa cotovelos
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

07/04/2021 - Quarta

Alergênicos

- Sopa:** Portuguesa
- Prato 1:** Abrótea estufada em molho tomate e batata cozida
- Outros:** Alface, milho, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

08/04/2021 - Quinta

Alergênicos

- Sopa:** Feijão Verde
- Prato 1:** Rolo de carne (vaca e porco) fatiado com massa fusilli
- Outros:** Cenoura, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

09/04/2021 - Sexta

Alergênicos

- Sopa:** Espinafres
- Prato 1:** Arroz de peixe com coentros
- Outros:** Alface, beterraba, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



Ementa ES Viterbo

Almoço R Vegetariana - Refeitório Viterbo

05/04/2021 - Segunda

Alergênicos

- Sopa:** Creme de legumes
- Prato 1:** Arroz de favas com cogumelos e couve lombarda
- Outros:** Cenoura, milho, alface e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

06/04/2021 - Terça

Kcal Total: 121

Alergênicos

- Sopa:** Juliana de legumes
- Prato 1:** Massinha de lentilhas com espinafres, cenoura e azeitonas
- Outros:** Alface, beterraba, cenoura e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

07/04/2021 - Quarta

Alergênicos

- Sopa:** Portuguesa
- Prato 1:** Salada da Terra (Ervilhas com batata e legumes)
- Outros:** Alface, milho, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta assada

08/04/2021 - Quinta

Alergênicos

- Sopa:** Feijão Verde
- Prato 1:** Rolo de carne (vaca e porco) fatiado com massa fusilli
- Outros:** Cenoura, couve roxa, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

09/04/2021 - Sexta

Alergênicos

- Sopa:** Espinafres
- Prato 1:** Chili de vegetais e arroz branco
- Outros:** Alface, beterraba, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Gelatina

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



Ementa ES Viterbo

Almoço R Normal Viterbo

12/04/2021 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Couve branca c/ cenoura ripada
- Prato 1:** Esparguete à bolonhesa
- Outros:** Alface, cenoura, beterraba e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

13/04/2021 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Feijão vermelho com hortaliça
- Prato 1:** Pescada no forno com batata e brócolos cozidos
- Outros:** Couve em juliana, pepino, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Pudim

14/04/2021 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de abóbora c/ espinafres
- Prato 1:** Perna de frango assada com arroz de cenoura
- Outros:** Alface, tomate, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

15/04/2021 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Caldo verde (s/chouriço)
- Prato 1:** Massinha oriental de abrotea(ovo, ervilhas e ceoura)
- Outros:** Alface, cenoura, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida

16/04/2021 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Da horta
- Prato 1:** Jardineira de porco(ervilhas, cenoura e batata cozida)
- Outros:** Cenoura, couve roxa, alface e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.



Ementa ES Viterbo

Almoço R Vegetariana - Refeitório Viterbo

12/04/2021 - Segunda

Alergénicos

- Sopa:** Couve branca c/ cenoura ripada
- Prato 1:** Bolonhesa de soja c/ esparguete
- Outros:** Alface, cenoura, beterraba e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

13/04/2021 - Terça

Alergénicos

- Sopa:** Feijão vermelho com hortaliça
- Prato 1:** Tomates recheados com ervilhas e legumes, batata cozida /corada
- Outros:** Couve em juliana, pepino, tomate e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Pudim

14/04/2021 - Quarta

Alergénicos

- Sopa:** Creme de abóbora c/ espinafres
- Prato 1:** Arroz de feijão com legumes mediterrânicos assados
- Outros:** Alface, tomate, pepino e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

15/04/2021 - Quinta

Alergénicos

- Sopa:** Caldo verde (s/chouriço)
- Prato 1:** Hamburguer de grão no fornol, com massa salteada com cenoura
- Outros:** Alface, cenoura, milho e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades) / Fruta cozida

16/04/2021 - Sexta

Alergénicos

- Sopa:** Da horta
- Prato 1:** Jardineira de legumes e ervilhas
- Outros:** Cenoura, couve roxa, alface e cebola
- Sobremesa:** Fruta da época (min. 3 variedades)

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Glúten, 2-Crustáceos, 3-Ovos, 4-Peixes, 5-Amendoins, 6-Soja, 7-Leite, 8-Fruta casca rija, 9-Aipo, 10-Mostarda, 11-Sementes de Sésamo, 12-Sulfitos/Dióxido de enxofre, 13-Tremoços, 14-Moluscos

Aviso: Por motivos alheios a ementa poderá sofrer alterações.